

臨終瑞相之類型及宗教心理功能(中)

——以《淨土聖賢錄》為主

／釋如石

三、夢見佛菩薩、極樂世界及光明等瑞相

(一) 夢境「預演未來」的功能

人類很早就注意到了一項事實：即人在睡夢中，有可能獲得清醒狀態下無法得知的信息。古希臘人遇到難題時，常常跑到神廟去祈禱，然後在那裡睡上一覺，希望能在睡夢中得到啓示。古希臘著名的傳記作家兼倫理學家 Plutarch（約 46 - 120），曾將夢境稱為「最古老的神諭」；而世界上的各大宗教，也無不把夢視為獲得啓示或神諭的重要管道。

古人如此，今人亦然。美國 1977 年出版的《超心理學手冊》指出：根據過去 90 年來所做的調查，在所有超感覺的經歷中，有 33~68% 涉及夢境；如果單獨考慮「預知」，大約有 60% 涉及夢境；而在所有超自然的夢境中，又以有關死亡的夢境所佔的比例最大，約為 50%。這其中，有些夢境預見他人的死亡，例如美國大文豪馬克·吐溫曾夢見他兄弟的死亡。另有些人則夢見自己的死亡；而夢見自己死亡的夢境，又大多發生在臨終前數日或數週。例如林肯在死前十天，夢見自己被刺身亡後的喪禮，場景與十天後的情形幾乎一模一樣。¹ 這與佛教所謂的「預知時至」，大致是相同的。還有些人，夢見將往生到某一安樂的國度。例如希臘大哲蘇格拉底，在被處死的前三天，夢見一位身穿白袍的美女對他說：「蘇格拉底，到了第三天，你就會來到喜樂的錫亞國。」²

從上述超心理學的調查研究，我們可以看出，夢境與超感官經驗，特別是與臨終者對死亡的預期有非常密切的關連。為什麼會有這樣的現象呢？這個問題，牽涉到了人類睡夢的功能。

關於作夢，弗洛伊德主張有兩種功能：一是願望的實現，二是保護睡眠；不過，現代的科學研究並不那麼支持他的看法。其他的理論則認為：作夢能夠幫助我們處理新的資訊、對環境中的危險做出適當的反應、加強記憶、維持情緒平衡、保持自我心理的完整性。這些理論，雖然沒有一個能夠取得學界一致

的認同，然而其中的「夢境具有預演未來的功能」一說，還是獲得了越來越多證據的支持。

早些時候，榮格就已提出夢境具有「預期功能」的論點。他認為，某些夢境會把不同的感官、想法、記憶和感覺交織在一起，呈現出未來可能發生的狀況：

在這樣的夢境裡，我們在無意識中預期未來的成就，就像是個預演或草圖，或是事先草擬的計畫；其象徵性的內容，有時候就是在概述解決衝突的辦法。……夢境的預期功能，有時候遠遠超過意識的預想能力，這個事實並不令人意外，因為夢境乃產生於意識偵測不到的微薄想法和微弱感覺。此外，夢境還可以仰賴潛意識中的微弱記憶，而這些微弱的記憶已無法有效地影響我們的意識。因此，就「預期」這個功能看來，夢境比意識更佔優勢。

另外，精神分析家 Thomas French & Fromm Ericka（1964），從大量的臨床經驗得出如下的結論：夢境「摸索著去瞭解我們無法理解的問題」，並尋求可能的解決辦法。專研睡眠的學者 Rosalind Cartwright（1992），在《黑色夢境》一書中表示：「夢境回顧那些引起強烈感覺的經歷……並預演我們對於未來挑戰產生的反應。」芬蘭的神經科學家 Antti Revonsuo（2000），也同樣在論文中主張：夢境有「模擬威脅的功能」。

總之，在夢裡我們回顧過去，並思考未來的可能性；我們預期、展望、思索、排演未來，尤其是特別棘手、令人不安或興奮的事件。

(二) 臨終夢見瑞相

夢境果真如心理學家所說，具有預演未來的功能，那麼當死亡的脚步一步步逼近時，人們肯定會更加用心於回顧一生，並模擬死後世界這個神秘的未來，從而在臨終夢境中，將最後幾次的預演功能淋漓盡致地發揮出來。這些臨死前出現的夢境，就像一般的夢境一樣，可能令人恐懼，也可能充滿喜悅，

但大多數的臨終夢境，都會設法模擬出個人在生命終點將要面對的未知境界，好讓個人在生理、情緒與心靈上為進入死後世界的神秘旅程預做準備。最後的夢境或幻境，甚至會帶領我們迎向銜接今生與後世的橋樑，並為此生畫下一個令人滿意的句點。

以上是《夢境與死亡的對談》一書的主要觀點，也是該書兩位作者做臨終照護時藉以幫助病患坦然面對死後世界的主要依據。雖然書中所舉病例的靈性層級不高，夢境也乏善可陳，³ 但人同此心、心同此理，每一個人對自己臨終生命的關懷，應該不會有兩樣；因此臨終夢境預演死後世界的功能，淨土行者也該同樣具備。

對一個淨土行者而言，他衷心嚮往的願景，是死後能得到佛菩薩的接引，而往生到極樂世界去繼續修行，以便成佛度化眾生。因此，當淨土行者的生命來到盡頭的時候，如果他的業障不大、意識不太昏昧，那麼他「夢中獨頭」的潛意識一定會盡量發揮功能，把它所預期、展望和想像的未來，以與淨土意象有關的隱喻或象徵——瑞相，在臨終夢境中呈現出來。這種臨終夢見瑞相的情形，《聖賢錄》中只有 97 個實例，遠較想像中的數目為少。⁴ 這可能是因為有些行人在睡夢中去世，而另有些人則在夢醒後遺忘掉了。⁵ 茲舉三例：

智廉：夢中見阿彌陀佛，身長八尺，紫金相好，現白毫光，大眾圍繞而為說法……往生必矣。

王燕濟：夢見莊嚴樓閣，門皆鑰，扣門鈴得入，頓見大光明，地廣無涯際，內有頂放毫光趺坐者數位，酷肖西方三聖等像。次晨，召其姪曰：「……予志決矣！」

劉程之：又夢入七寶池……有人項有圓光，胸出卍字，指池水曰：八功德水，汝可飲之。程之飲水甘美。及寤，異香發於毛孔。乃語人曰：吾淨土之緣至矣。

上面所引「夢見」瑞相的情況中，見色、聞聲、嗅香、嚐味、身觸的感受一應俱全，和「親見」瑞相的情形完全相同；特別是已得三昧或禪定者，如王燕濟和劉程之，他們的臨終心境清明廣大，因此所得的夢境也較為殊勝。值得注意的現象還有如下兩點：第一、在夢境中，西方淨土的意象顯然是因人而異的；同樣的，接引往生的方式也因人而異。雖然大多數的瑞相都呈現佛菩薩來迎接的情況，但也有不少人夢見頗富中國風情的祖師、護法、神人、童子以及舟船、轎子、金橋、彩旗、幢幡、燈籠、燭火或信、字帖、紅紙、書簡等前來迎請的夢境。第二、這些行者從逼真的臨

終夢境醒來之後，對往生淨土之旅，似乎都已做好了心理準備，信願也顯得更加堅定，以至於他們會說：「予志決矣」、「淨土之緣至矣」、「往生必矣」。

淨土行人臨終「夢見」瑞相，尚且具有如此強大的宗教心理效益，那麼「親見」或「定見」佛來接引等瑞相的心理效果當然就更不用說了。由此可見，夢見瑞相的臨終夢境，雖然會受到個人心理及社會文化背景的影響而有多樣的表現形態，但就深層心理而言，其中確實普遍隱含著淨土行者對死後往生淨土的想像與預期心理。

四、瀕死經驗中親見佛菩薩、極樂世界及光明等瑞相

所謂「瀕死經驗」，就是一個人呼吸、心跳和腦波等生命跡象都已停止，但經過一段時間，卻又忽然甦醒或被救活過來，在這段彷彿死亡的期間內所感受到的各種經驗的紀錄。⁶ 這些瀕臨死亡的人在回神以後，往往都會表示：他們看到了已去世的親屬、朋友或仇敵，也有人見到宗教的形象或美麗的色彩、巨大的光明等等。

根據佛教教義，已去世的親友，不可能以生前的形態在死後世界與我們現見。因此，達賴喇嘛與西方科學家對談時表示：瀕死經驗完全不同於真正死亡的階段，把瀕死經驗的紀錄當作自己死亡景象的預示，很不恰當；它們比較像是個體受到疾病等生理影響而產生的「似夢」經驗，而不是死後中陰狀態的顯現。既然連最接近或類似死亡狀態的瀕死經驗都不能視為死後中陰的顯現，那麼其他的「臨終」親見等幻覺或夢中見到佛菩薩來迎或神遊極樂世界等現象，無論再怎麼逼真，其象徵性的意義兩當大於實質的意義。換句話說，影像鮮明、情節生動、能給行者帶來極大信心與希望的臨終幻覺，確實是「有」，而且也確實象徵行者死後將可往生淨土，但是境界非「真」；往生後實際見到的西方淨土及聖眾，其存在應有迥異娑婆的另類時空因緣，不可能依照娑婆眾生共業所成的認知模式而如實顯現。

上述瀕死經驗與臨終夢境有許多相似之處，但也有不同的地方。例如瀕死經驗較少發生，但臨終夢境卻頗為常見，而且通常充滿豐富的情節；有些夢境還會連續出現幾個晚上。《夢境與死亡的對談》一書甚至認為：瀕死經驗不會發生在即將死亡的人身上，但臨終夢境卻會。不過，從《聖賢錄》的實例來看，這種情形還是有的；底下所舉「思義」的瀕死經歷，便是死前七天發生的。另外，死前三日瀕死的例子，有可久；死前不久瀕死的人，有師贊、吳毛、劉通智、魏世子女等。總之，瀕死經驗不同

於臨終「夢境」，而且也不同於臨終「定見」和「親見」瑞相的情形；因此，它應當可以在四種獨頭之外自成一類——「瀕死」獨頭。

在《聖賢錄》裡面，總共有 23 則瀕死經驗的記載，發生的比率確實不高，其中見到佛菩薩或極樂世界的實例更少，只有 12 個。其餘 11 個案例，都見到帶有地方宗教色彩的王者、冥王、閻羅王等命運判官，不過整個經驗仍與往生淨土有關。以下只舉兩個典型的瀕死實例：

思義：忽蘇曰：「適隨觀音大士行，見金色人長身垂臂，謂我曰：汝報緣未盡，過七日當來迎。」
二沙彌：長者先亡，至淨土……佛言：「……汝今可歸，益修淨業，三年後當同來此。」至期，二人見佛……一時同化。

上面所引述的思義和沙彌，在經歷「死亡之旅」後，來到死後世界的「靈性嚮導」——金色人和阿彌陀佛面前接受指示，這是典型的瀕死經驗。像這樣描述死亡與死後經歷的故事，在人類的各種文化中非常普遍。西方有中古世紀瀕死經歷的紀錄，西藏也有利用瀕死經驗建構度亡儀式的《中陰聽聞得度》，⁷乃至於現代世界各地的部落社會也都有類似的敘述。這些瀕死經驗的內容，雖然會因文化差異而有不同的表現，但對死亡及死後世界的模擬與預期心理卻相當明顯。由此可見，淨土行人在瀕死中經驗瑞相的情形，就像臨終幻覺和夢境一樣，都是人類普遍具有的一種跨文化現象，就深層心理而言，它們理當源自人類集體潛意識對死後世界預期的心理功能。⁸

五、預知時至

（一）預知時至的科學解釋

在所有超心理學的現象中，「預知」（precognition）可以說是最難理解的現象了。理由很簡單：還沒有發生的事怎能預先知道呢？然而，有很多著名的物理學家都曾試圖對預知現象做出理論的解釋。例如名物理學家 G. Feinberg（1975），曾經提出「超前波」（advanced waves）的概念；而 1965 年諾貝爾物理獎得主 R. Feynman，也提出過「反物質」（Antimatter）的假設來解釋預知現象。到目前為止，雖然所有被提出的理論都沒有得到大多數研究者的贊同，⁹但是大致地說，預知還是可以言之成理的。

依照牛頓力學，只要有足夠的初始條件（initial condition），未來的狀態可以根據運動方程式推算出來，就像氣象學中的數值預報一樣。在這種「科學宿命論」的觀念下，人類社會和個人的未來境況，應該會按照既定的順序次第發

生。然而，根據量子力學的「測不準原理」，我們根本無法同時準確地測出一個電子的速度和位置，因為觀察與測量本身會影響到整個測量的結果。既然連微觀電子的現狀都不能準確測量，遑論宏觀現象界的未來；未來的事件，我們頂多只能測知其發生的可能性而已。準此而言，則人類社會和個人的未來處境，比較像是一部只有大致情節的劇本，至於詳細的劇情如何發展，在很大的程度上要看其中每一位演員如何演出而定。

從上述新物理學的觀念出發，對於「預知」這種超感官現象，我們可以得到如下的看法：某個生命事件發生的機率愈高，則此一事件被正確預知的可能性也愈高。如果事件發生的機率高到人力不足以改變的「定業」情勢，那麼該事件就很有可能被清晰而準確地預知。或許是因為這個緣故，在一些大災難發生之前，幾乎都有一些預知現象、特別是預知之夢的出現。反之，如果發生的機率偏低，那麼預測的結果就不那麼確定，而容許作某種程度的改變。因此，有相當多的預知，特別是對大量細節的預見，往往都不那麼準確。

如果上述論點可以成立的話，那麼一個信願堅固、淨業成熟因而往生機率很高的淨土行者，他獲知自己死亡日期的預感，也應該是相對清晰而準確的。這種預先知道自己逝世的大致或明確日期的超感官現象，就是所謂的「預知時至」。

以上所說，主要是根據物理學所作有關「預知」的解釋。如果換從有情眾生的角度來看，預知的現象將會單純許多。一切有情對於自己的身體，天生擁有一種覺知的本能：健壯時知道健壯，老病時知道老病。同樣的，當生命臨近死亡的時候，在正常的情况下，有情眾生也應該會有所覺知。而這種預感自己將死的本能，並不是人類的專利，有許多動物都會因為預知死亡將臨而表現出異常的行為。例如，預知自己即將死亡的大象會主動脫離象群，到偏僻的叢林去等死；這種行為，在貓狗身上也可以觀察得到。因此，把自己即將死亡的預知視為人類的本能之一，應是個合理的假設。

（二）預知時至的類型

果真人類具有預知死亡的本能，那麼這種現象應該會非常普遍。在《聖賢錄》裡面，一般預知時至的情形是這樣的：行者大略預知死亡將近以後，便會開始安排後事，然後沐浴更衣，焚香禮拜，請人助念或獨自面西念佛而逝。這樣的預知個案的確很多，約有八成以上。其中，明確預知即將死亡、但不確知死期者，有 187 例；而確知死亡日期

者，則有 398 例。¹⁰ 從預知到死亡的間隔，通常是一到七日，但也有長達三年乃至二十年以上的特例。¹¹ 死前一天預知的例子最多，有 113 件；逝世當天預知的有 76 件，居第二位；其次分別是死前三天和七天預知的個案，各有 44 和 24 例；至於死前二、四、五、六日以及一、三、六個月乃至於一、三年以上預知的個案都只有個位數。

行者預知時至以後，通常都會按照預知的日期逝世，但也有些人會隨順當時的因緣，另作不同的安排。因此，預知時至者可依他們是否按照預知的時間逝世，而分為按時與不按時逝世兩大類。

1. 按時逝世

無論按時或不按時逝世，這些預知時至的淨土行者，在死亡訊息的獲得方面，大致可分為如下三種方式：

(1) 在臨終「定見」、「親見」或夢見瑞相時，由佛菩薩等直接「明示死亡的日期」。例如：慧遠最後一次出定見佛時，阿彌陀佛告訴他：「我依照本願來安慰你，七日以後，你當生我國」，便是一個典型的例子。其他的例子則如：

法照：忽見佛陀波利曰：「汝華已就。後三年，華開矣。」至期，謂眾曰：「吾行矣！」

李蓋臣：有金色阿彌陀佛，許明日接我去。
宗坦：夢中見阿彌陀佛告曰：「汝說法止六日，當生淨土。」

在《聖賢錄》中，透過臨終「親見」而預知的例子最多，總共有 101 件；透過臨終「夢境」預知的，有 61 件；另外，透過臨終「定中」和「瀕死」預知的個案，分別只有 5 和 7 件。

(2) 雖然同樣親見或夢見瑞相，但因所見境界大異往昔，或因屢次見到相同的瑞相，或因見到已往生之蓮友，而間接「自知」大限已近。這種例子不多，只有如下等 10 例：

法因：吾親法華道場與平時所見異甚，吾將行矣！

陳君魁：兩睹阿彌陀佛身滿虛空，末後又見。

實賢：月朔以來，再見西方三聖，其將往生乎！

大行：後一年，琉璃地復現，謂左右曰：「寶地復現，安養之期至矣！」

律航：見一場大法會，異常莊嚴，人數之多，世所未睹；又見已故蓮友多人，知往生期近。

(3) 除了透過上述兩種帶有預知性質的瑞相之外，還可以透過自己生理或心理上的變化而預知時至。例如民國初年的袁植丞，預知將於明年五月逝世。妻子問他：「是你夢見的嗎？」他回答說：「不是，我自己知之。」清朝的律淨

也告訴弟子說：他的預知是「水到渠成」的。顯然，袁植丞和律淨的預知，並非透過瑞相中佛菩薩的指示，而是自己預感的。像這樣預知的個案不少，共有 311 件。

那麼，他們倒底是如何知道的呢？

根據佛教的說法，當形成一期生命的業力即將壞滅時，組成色身的四大便會開始分解。這時，覺察力敏銳的行者，在命終前三、四個月，甚至幾年前，就會開始覺察到身體上異常的變化，從而感知將逝世的時間。達賴喇嘛說：「身體狀況很好的時候，也可能會察覺到接近死亡的徵兆，這些徵兆原可能在死前三、四個月才出現。」比較典型的例子是：有些人從不生病，有朝一日卻忽然得病，或感覺身體違和、氣息急促等等，例如道光二十年冬天，金庭棟得病，便知生命即將結束。又如民國初年的王景文說：「我覺得身體虛弱，恐怕不久於人世了。」另外，周華氏有一天稍微覺得氣急，而預知時至。不過也有少部分人，情形完全相反；病苦纏身多年，卻在某一天忽然「迴光返照」，無故好轉，而預知時至。¹² 除了生理上的變化之外，心理或行為模式的突然改變，也是死亡的預兆之一。¹³ 這些明顯的異常徵兆，都足以使行者警覺到自己將不久人世。

以上所舉三類「預知時至」的實例，都是屬於按照預知時間逝世的情形；然而，並非所有預知時至者都是按時逝世的，以下便是不按時逝世的各類實例。

2. 不按時逝世

依現代臨終看護的觀察，有些癌末病患不僅知道何時去世，還會向身邊的親友傳達死亡的訊息，甚至自己選擇死亡的時間。其中，有些人要等到某個特別的人到達後才去世，或選擇別人都不在的時候走，或者等到某位親友有了適當的依靠時，才放心地死去。一般的癌末病患尚且如此，平日修行有素、臨終「身無病苦，心不貪戀，意不顛倒」的淨土行人能夠預知時至而擇期逝世，當然就沒有什麼奇特了。因此，當一個行者已經預知自己將逝世的大致日期，如果他有足夠的福德、信願或定慧能力，應該可以依照自己的意願，自由選擇一個適合的逝世時間；道行深厚的行者，也可以不受預知時間的限制，而提前或延後逝世，甚至還可以自由自在地逝世，或毫不在意地遺忘掉預知的逝世日期。這幾種情況，在《聖賢錄》中都有明確的記載：

(1) 擇日逝世

本泉：五月十三日……命侍者取通書來擇吉西歸，曰：「我生於卯時，死於卯時，不亦得乎！」

遂擇十八日卯時訣別。

張均棧：「吾歸期不久，定二十六日申時……」

(2) 提前逝世

道撫：緯亡三日，撫聞之曰：「吾常期先行，今乃在後。吾加一息之功，可追而及矣！」於佛像前，叩頭祝願，退就座而化。

瑩珂：夢佛及大士告曰：「汝壽尚有十年，且當自勉。」

珂白佛言：「……願早生安養，承事眾聖。」佛言：「汝志如是，後三日當迎汝。」

一般來說，佛教認為自殺是有害的，因此戒律禁止自殺。不過，一旦行者已經察覺出死亡的徵兆、預知時至，或已得「正智、正善解脫」，而想設法提前結束自己的生命，以免病苦難挨，或因病痛而影響禪修和往生，這樣的「自殺」——提前逝世，佛教可以接受。在《雜阿含經》中，世尊便曾默許跋迦梨和闍陀尊者因久病困篤而自殺的行為。藏傳佛教的頗哇法（pho-ba），或稱遷識法，也是用意念觀想來提前結束自己生命的法門。

(3) 延後逝世

余邦賢：妻謂其媳曰：「為我辭汝翁，吾欲行矣。」媳訝之，以告邦賢。邦賢曰：「姑緩三日，可與同行。」妻聞曰：「諾。」果至三日，同時化去。

錦峰：某月冬初，至方丈告假，清虛和尚曰：「常住將起七，汝何欲行之速，當留此度歲去。對曰：「時至矣，不可留。」和尚曰：「吾為汝留。」錦禮謝退。開歲二三日，錦又請行。……又退。十日後，又上方丈堅求去……和尚許之。

如前所說，透過禪觀或自由意志可以提前結束自己的生命，按理也可把生命作某種程度的延後。一般世間人，臨終時為了見某人最後一面，尚且可以等待數日，遲遲不肯斷氣，何況是功力深厚的老修行？因此，為了某種特殊的緣故，憑著個人的意志，短期延後逝世應是可能的。至於延後數年或數十年者，《聖賢錄》中雖有不少記錄可憑，然非筆者淺智所敢議論。

(4) 自在逝世

智深：示疾。客至，談論如常。客方出，已坐脫矣！

寶珠：如是，吾行矣。索浴畢，安然立化。

至善：方具案作書，見其來，笑曰：「大事盡付汝，吾去矣！」即座而化。

臨死時，不必煞有介事地念佛等待

接引，而能隨時隨地坐脫立亡，輕鬆自在地逝世。這種情形可能表示行者惡業輕、福德大，也可能顯示行者三昧尚未退失，但並不表示已經開悟或解脫。

那麼，是否也有開悟的淨土行人自在逝世的例子呢？

明朝的悟道高僧梵琦（1294 - 1370），有一天告訴道友夢堂說，他將往生西方。夢堂反問：「東方無佛嗎？」梵琦聽後，高聲一喝而逝。這顯然是悟道禪僧的作略。在《聖賢錄》中，類似梵琦這種悟後歸向淨土的高僧大德不少，保守估計有 60 人；而依念佛法門發悟的行者，也有 12 位。在這些高僧大德中，肯定有不少人是自在逝世的。例如宋朝的處謙（？ - 1075），臨終升座讚歎淨土的殊勝，然後告訴大眾：「吾得無生日用久矣，今以無生而生淨土。」法雲臨終開示後作偈：「無生生彼土，不動一絲毫。」金·祖朗臨死前說：「浮雲散盡月昇空，極樂光中常自在。」然後盤腿坐化。毫無疑問，處謙、法雲和祖朗都是自在逝世的悟道高僧。

悟道高僧的臨終瑞相似乎還有另一特色，就是以無相的意境居多，親見或夢見有相瑞兆的情況較少發生，只佔 1/6 ~ 1/3。這些悟道高僧臨終時，大都預知時至，然後開示、遺偈坐化或念佛而逝。

(5) 遺忘逝世

道證：「來年二月十二日，我西歸矣！」及期無恙。或戲之曰：「……何不西歸？」證驚曰：「今果華朝耶？」即沐浴焚香，集眾而化。

冬瓜和尚：「新正六日，吾行矣，汝合來送我。」屆期……和尚曰：「微子言，幾忘卻了！」遂盥沐新衣禮佛竟……怡然而終。

原《聖賢錄》對道證「遺忘逝世」的評語是：「至期而忘西歸，臨去卻無消息。蓋無心於生死也！」這個評語，筆者十分認同。

（待續）

1. 以上參見《超心理學》，頁 149、203、458 - 60。若是小孩夢到死亡，則可能暗示：在成長過程中，孩子的自我身份正在經歷一種象徵性的死亡（《夢境與死亡的對談》，頁 29 - 30）。
2. 柏拉圖《對話錄：克里托篇》（《夢境與死亡的對談》所引，頁 91 - 2）。「錫亞國」，語出荷馬史詩《伊里亞德》，該書可說是古希臘人的舊約《聖經》。因此，蘇格拉底死前的夢境，幾乎等於淨土宗所謂「夢見佛菩薩前來預告將往生淨土」的瑞相。
3. 從佛教的標準來看，只有兩人的夢境比較祥瑞：一位是改信佛教的茹絲，她夢見「……遠遠的地方有一道柔和、親切而透徹的金光……它在呼喚我，我想走了。」

- 另一位夢見「……亮光成爲一個光輝明亮的走道。他踏上這個光之走道，消失了」。其餘的例子大都只是夢見親友而已（《夢境與死亡的對談》，頁 115、107）。
- 現代《念佛感應錄》二、三冊所收 106 位往生個案中，夢見瑞相者有 8 位（7.5%），所佔比例恰好等同《聖賢錄》的情況。
 - 《夢境與死亡的對談》也有類似的看法：「臨終者可能一樣會作夢，只是無法以語言描述他們的夢境。的確，我們相信絕大多數的瀕死夢境都如此——對作夢者來說千真萬確、意義無窮，旁人卻一無所知」（頁 160）。
 - 從醫學的角度來看，瀕死經歷起因於神經系統負載過大，或營養不足，所以在藥物的影響或壓力極大的情況下，就有可能產生這些幻覺的經歷。例如發燒、胰島素昏迷、過勞、外傷、感染、肝臟中毒和腎衰竭等情況都會導致類似瀕死經歷。另一個原因是邊緣葉症候群，這將導致自我感消失，且自然回溯記憶（達賴喇嘛與西方科學家《心與夢的解析》，四方，2004，頁 214）。
 - 把《中陰聽聞得度》視爲有關瀕死經驗的文獻，是人類學與心理學家瓊·哈力法斯（Joan Halifax）的看法（《心與夢的解析》，頁 185）。筆者在〈西藏密教釋疑〉一文中也曾主張，《中陰聽聞得度》的亡魂觀念，應該是「近取諸身」的想像和根據「瀕死經驗」的建構（《現代大乘起信論》增訂版，南林，2002，頁 269）。
 - 榮格在〈西藏度亡經的心理學〉一文中表示：《西藏度亡經》的全部內容，都是從集體潛意識的原型成分創造出來的（收入榮格著，楊儒賓譯《東洋冥想的心理學——從易經到禪》，商鼎，1993，頁 27）。這種看法有不少學者認同；小田晉在《生與死的深層心理》中，即以「心理深層有共通的原型」來說明瀕死經驗（頁 218）。
 - 更詳細的預知理論，參見《超心理學》，頁 496 - 509。
 - 在明確預知死亡日期的 398 例中，有 55 例沒有提到預知發生當天的日期，所以無法推算出預知到死亡的日數。
 - 萊恩夫人自 1984 年起，整理一萬四千餘自發超感官經驗案例的來信中，大約近 40% 是同「預知」有關的經歷。在這些預知經歷中，預知經歷和實發事件的間隔，33% 在一日以內，67% 少於兩週，95% 爲一年之內。又，在這些自發預知的經歷中，75% 同夢有關（《超心理學》，頁 80、201）。同樣的，在《聖賢錄》裡面，從預知時至到死亡的間隔愈長，發生的百分比愈低。時間間隔最長的一個例子是道詮，23 年（三編下，頁 173）；其次是惠鏡，12 年（頁 171）；僧感、二沙彌、法照，3 年（頁 173；初編上，頁 55、80）。
 - 例如唐·善胄「吾患既差，命必終矣。」宋·師安「一生多病，臨終忽精爽異常時」（《聖賢錄》初編上，頁 55、137）。又如清·徐僖「素患耳聾，一日忽聰聽……我天明去矣！」（續編下，頁 81）。民·梁尙堅一生病苦，一日忽說：「兒一時頓覺安適，將往佛國矣」（四編卷下，頁 235）。
 - 關於死亡的預兆，在心理或行爲模式方面，包括「漸漸對自己的環境、住家、朋友等感到厭惡，然後想要去另外一個地方，但也可能對這一切生出比以前更大的貪欲。我們也可能從對立變得合作，或是顛倒過來。熱心的過程有可能明顯增加或減少。身體的光澤或行爲模式也有可能改變，說話的內容也許會變得很粗俗，像是說髒話等，也可能會一直談死亡」（《達賴生死書》，天下，2003，頁 97）。達賴喇嘛的御醫丘扎克說：「僅僅靠把脈來做診斷，也有辦法清楚辨認出病患瀕死的徵兆。事實上，還有很多方式可以檢視死亡的徵兆。醫術高明的醫師，能在病人還相當健康時，只憑病患的呼吸就預知大限之日」（頁 163）。